

## HORÁRIOS - ÉPOCA DE INVERNO 2015/2016

### A - APRENDIZAGEM 4-7 ANOS NÍVEL I

<b>2.ª e 5.ª feira</b>	<b>4.ª e Sábado</b>		<b>2.ª e 6.ª feira</b>
A02 - 17h00	<b>4.ª</b>	<b>Sábado</b>	A04 - 18h30
A03 - 17h45	A11 - 17h00	A11 - 10h15	A05 - 19h15
A15 - 20h00	A12 - 17h45	A12 - 09h30	<b>3.ª e 5.ª feira</b>
<b>3.ª e 6.ª feira</b>	A13 - 18h30	A13 - 11h45	A09 - 18h30
A08 - 17h45	A14 - 19h15	A14 - 12h30	A10 - 19h15
		A16 - 14h00	
		A17 - 14h45	
		A18 - 13h15	

### J - APRENDIZAGEM 4-7 ANOS NÍVEL II

<b>2.ª e 5.ª feira</b>	<b>4.ª e Sábado</b>	
J02 - 17h00	<b>4.ª</b>	<b>Sábado</b>
J03 - 17h45	J12 - 17h45	J12 - 09h30
J15 - 20h00	J13 - 18h30	J13 - 11h45
<b>2.ª e 6.ª feira</b>	J14 - 19h15	J14 - 12h30
J04 - 18h30		J16 - 14h00
J05 - 19h15	<b>3.ª e 5.ª feira</b>	<b>3.ª e 6.ª feira</b>
	J09 - 18h30	J08 - 17h45

### K - APRENDIZAGEM 8-9 ANOS

<b>2.ª e 5.ª feira</b>	<b>4.ª e Sábado</b>	
K03 - 17h45	<b>4.ª</b>	<b>Sábado</b>
	K13 - 18h30	K13 - 11h45
	K14 - 19h15	K14 - 12h30
<b>2.ª e 6.ª feira</b>	<b>3.ª e 6.ª feira</b>	<b>Sábado</b>
K04 - 18h30	K08 - 17h45	K15 - 14h00
K05 - 19h15		K16 - 14h45

### X - APRENDIZAGEM ≥ 16 ANOS

<b>2.ª e 4.ª feira</b>	<b>4.ª e Sábado</b>		<b>3.ª e 6.ª feira</b>
X01 - 11h45	<b>4.ª</b>	<b>Sábado</b>	X11 - 15h30
X02 - 12h30	X18 - 16h15	X18 - 11h00	X12 - 16h15
X04 - 15h30	X19 - 17h45	X19 - 09h30	X13 - 17h00
X05 - 15h30	X20 - 18h30	X20 - 11h45	X14 - 20h00
	X21 - 19h15	X21 - 12h30	X16 - 20h45
	X22 - 20h00	X22 - 13h15	X25 - 21h30
	X23 - 20h45	X23 - 08h45	<b>3.ª e 5.ª feira</b>
<b>2.ª e 5.ª feira</b>	X24 - 20h45	X24 - 08h45	X17 - 19h15
X06 - 16h15	<b>2.ª e 6.ª feira</b>		
X07 - 17h45	X10 - 18h30		
X08 - 20h00			
X09 - 20h45			

### W - APRENDIZAGEM 10-15 ANOS

<b>2.ª e 5.ª feira</b>	<b>4.ª e Sábado</b>	
W01 - 17h00	<b>4.ª</b>	<b>Sábado</b>
W02 - 20h00	W05 - 17h00	W05 - 10h15
	W06 - 17h45	W06 - 09h30
<b>3.ª e 6.ª feira</b>	W07 - 20h00	W07 - 13h15
W03 - 17h45	<b>3.ª e 5.ª feira</b>	
	W04 - 18h30	
<b>Sábado</b>		
W08 - 14h00		
W09 - 14h45		

### Z - APERFEIÇOAMENTO ≥ 16 ANOS

<b>2.ª e 4.ª feira</b>	<b>4.ª e Sábado</b>	
Z01 - 12h30	<b>4.ª</b>	<b>Sábado</b>
<b>2.ª e 5.ª</b>	Z15 - 17h45	Z15 - 09h30
Z03 - 17h45	Z16 - 18h30	Z16 - 11h45
Z04 - 20h00	Z24 - 18h30	Z24 - 11h45
Z20 - 20h00	Z17 - 19h15	Z17 - 12h30
Z05 - 20h45	Z18 - 20h00	Z18 - 13h15
Z25 - 20h45	Z19 - 20h45	Z19 - 08h45
<b>3.ª e 6.ª</b>	Z22 - 20h45	Z22 - 08h45
Z08 - 15h30	<b>2.ª e 6.ª feira</b>	<b>3.ª e 5.ª feira</b>
Z10 - 20h00	Z06 - 18h30	Z13 - 18h30
Z11 - 20h45	Z07 - 19h15	Z14 - 19h15
Z12 - 20h45		

### Y - APERFEIÇOAMENTO ≤ 15 ANOS

<b>2.ª e 5.ª feira</b>	<b>4.ª e Sábado</b>		<b>3.ª e 6.ª feira</b>
Y01 - 17h45	<b>4.ª</b>	<b>Sábado</b>	Y09 - 17h45
Y02 - 17h45	Y16 - 17h00	Y16 - 10h15	Y10 - 17h45
Y03 - 20h00	Y17 - 17h45	Y17 - 09h30	
	Y18 - 17h45	Y18 - 09h30	
	Y19 - 18h30	Y19 - 11h45	
	Y20 - 18h30	Y20 - 11h45	<b>2.ª e 6.ª feira</b>
	Y22 - 19h15	Y22 - 12h30	Y04 - 18h30
<b>3.ª e 5.ª feira</b>	Y23 - 19h15	Y23 - 12h30	Y05 - 18h30
Y12 - 18h30	Y25 - 19h15	Y25 - 12h30	Y27 - 18h30
Y13 - 18h30	Y24 - 20h00	Y24 - 13h15	Y06 - 19h15
Y14 - 18h30		Y28 - 14h00	Y07 - 19h15
Y15 - 19h15			Y08 - 19h15

### ZZ - APERFEIÇOAMENTO - AVANÇADOS

<b>2.ª e 5.ª feira</b>	<b>3.ª e 5.ª feira</b>
ZZ1 - 20h00	ZZ2 - 19h15

### H - HIDROGINÁSTICA

<b>2.ª e 4.ª feira</b>	<b>3.ª e 6.ª feira</b>	
H01 - 11h45	<b>2.ª e 6.ª feira</b>	H12 - 15h30
H02 - 14h45	H06 - 19h15	H13 - 17h00
<b>2.ª e 5.ª feira</b>	<b>3.ª e 5.ª feira</b>	H19 - 20h45
H18 - 08h45	H07 - 11h45	<b>4.ª e 6.ª feira</b>
H03 - 16h15	H08 - 12h30	H14 - 09h15
H04 - 17h00	H09 - 13h15	<b>6.ª feira</b>
H05 - 20h45	H10 - 18h30	H15 - 13h15
H20 - 21h30	H11 - 19h15	<b>Sábado</b>
	<b>3.ª feira</b>	H16 - 10h15
	H21 - 21h30	H17 - 11h00

### B - NATAÇÃO PARA BEBÉS

<b>3.ª ou 5.ª feira</b>	<b>Sábado</b>	
B01 ou B02 - 19h15	B07 - 10h15	B05 - 13h15
<b>Domingo</b>	B03 - 11h00	B08 - 14h45
B10 - 09h30	B04 - 11h00	B09 - 15h30
B11 - 10h15		

### T - HIDROTERAPIA

<b>2.ª e 4.ª feira</b>	<b>3.ª e 6.ª feira</b>
T01 - 14h00	T04 - 14h00
T02 - 14h00	T05 - 14h00
<b>2.ª e 5.ª feira</b>	T06 - 14h45
T03 - 09h30	T07 - 16h15
<b>4.ª e 6.ª feira</b>	T08 - 20h00
T09 - 10h45	
T10 - 21h30	

